

# ボランティア活動のてびき <冬季用>

(2025年12月 22 日改訂)

---

## ① 知床のボランティア活動とは

## ② 知床でボランティアをするには

- ・ 活動の心得
- ・ 登録制度について
- ・ 活動までの手順
- ・ 活動中の保険について
- ・ 知床自然教育研修所（宿泊施設）
- ・ 活動の服装と持ち物

## ③ 冬の森づくり作業

## ④ F A Q

---

## ① 知床のボランティア活動とは

知床の自然のために何か行動したい。そんな思いや気持ちを持っている方を対象に、知床財団では森づくり作業や普及啓発活動などをお手伝いいただくという形でボランティア活動の場を提供しています。

その活動を通して知床の自然環境の保全に貢献するだけでなく、自然に触れ、理解することで、たくさんの人に知床のサポーターとなってもらうことを目的としています。

---

お問い合わせ先

知床財団 ボランティア担当

email : info@shiretoko.or.jp

電話 : 0152-24-2114

## ②知床でボランティアをするには（必ずお読みください）

### ボランティア活動の心得

以下のことをご理解いただき、行動するようお願いいたします。

#### ○ 知床の環境を理解し、無理な行動を取らないでください。

知床半島は厳しい自然環境を有しています。活動中は、気象の変化やヒグマ出没など予期せぬ事態が起こることも考えられます。スタッフの指示を常に意識して行動してください。

#### ○ 自ら事故防止に努めてください。

ここでの活動の多くは野外での作業です。安全管理についてスタッフは充分配慮していますが、一人一人の自己管理が事故を防ぐためには必要です。作業時は常に注意を怠らず、事故につながることをないよう心掛けてください。また、自分の体力と健康面を充分考えて作業に参加してください。

#### ○ 人との和を大切にしてください。

ここでの活動の多くは共同作業となります。同じ目的のもと行われる作業一つ一つは、人と人との信頼関係で成り立っていることを常に意識してください。

#### ○ 目的を明確にしてください。

ここでのボランティア活動は、知床の自然を支える活動であり「観光」ではありません。この活動に参加するボランティアの皆さんは、知床の自然環境の保全を担う一員としての意識をもって行動してください。

※活動の主旨や上記の「心得」に同意いただけない方、また他人に迷惑をかける行為をする方については、参加をご遠慮していただくことがありますので、あらかじめご了承ください。

### スタッフによる記録写真の撮影について

活動中には、記録として写真や動画の撮影を行います。撮影した写真等は、活動報告としてホームページや印刷物へ掲載、新聞等の報道機関への提供などで使用させていただく場合があります。参加者が写り込んだ写真等を使用する場合がありますので、あらかじめご了承ください。なお、写真等に写りたくない方は、事前に同行スタッフへお声がけください。

## ボランティア登録制度について

ボランティア活動に参加するには、ボランティア登録が必要です。

現在、ボランティア登録者は、全国各地の10代～70代までの幅広い方々で構成されています。

ボランティア登録すると活動に参加できるほか、活動時の保険への加入、宿泊施設（知床自然教育研修所および羅臼研究支援センター）の割引利用などの利点があります。またボランティアの皆さんへ向けてメールでの情報発信なども行っています。

初めて活動に参加する方は、事前に「ボランティア登録申請書」の提出をお願いしています。

また、「ボランティア活動の心得」に賛同することを登録の条件としています。

### ボランティア登録するために必要な条件

- ・ 知床の自然のために何かしたいという気持ちがある方。
- ・ 野外での活動が可能で、原則的に18歳以上の方。
- ・ 「ボランティア活動の心得」に賛同される方。

### ボランティア登録するための手順

- ・ ボランティア募集日を確認し、応募あるいは担当者へ連絡する。
- ・ 「ボランティア登録申請書」に必要事項を記入して担当者へ返信する。
- ・ 登録完了、ボランティア活動に参加できます。

### ボランティア登録すると

- ・ 活動時に加入する「国内旅行障害保険」の費用を知床財団が負担します。
- ・ 割引料金で宿泊施設（知床自然教育研修所）が利用できます。
- ・ メールでの情報発信が受けられます。

### ボランティア登録の継続および変更

- ・ 登録期間は特に定めはなく、本人からの登録取り消しの申し出がない限り登録は継続されます。
- ・ 登録内容に変更のある方、登録取り消しをご希望の方は、ボランティア担当までお知らせください。
- ・ メールが不通になる等で連絡が取れなくなった場合は、登録を取り消す場合もあります。

## ボランティア活動までの流れ

すでにボランティア登録済みの方は、登録に関する手続きは不要です。

①知床財団などのホームページで、ボランティア募集日と活動内容を確認する。

「ボランティア活動の心得」を必ずお読みください。

②活動希望日の一週間前までにメールで申し込む。その際、必ず名前・連絡先・年齢・参加希望日を明記してください。また、ウトロへの到着日や移動方法についてもお知らせください。

※すでに登録済みの方はこの時点で申し込みが完了。

募集内容の説明やボランティアの登録、保険加入の手続きがありますので、参加希望日の1週間前までにメール（または電話）にてお問い合わせください。また、活動内容によっては受け入れ人数に限りがありますので、定員に達しましたら参加をお断りしなければならない場合もあることをご了承ください。

知床への公共交通機関でのアクセスは、1日数本と限られていますので、余裕を持った日程でお越しください。また、車でお越しの方も、お帰り時間などに余裕を持って参加してください。

③ボランティア担当からの返信を受けて、メールに添付された「ボランティア登録申請書」に必要な事項を記入し、担当まで返信してください。

※初参加者はこの時点で申し込みが完了。

添付ファイルのやり取りがありますので、できるだけパソコン等のメールでお問い合わせください。ますようお願いいたします。

活動前に「ボランティア登録申請書」へご記入の上返信してください。

④知床へ到着。ボランティア担当者と顔合わせ。ご挨拶と活動に必要な手続きなど。

活動日当日に到着の方はボランティア活動へ。活動日前に到着し、宿泊施設（知床自然研修所）を利用希望の方は、利用の方法などを説明します。

⑤ボランティア活動

終日活動（朝～夕方）。活動によっては終了が日没近くになることもあります。お帰りの日程は余裕を持ってご参加ください。また、野外での活動については、天候によっては活動内容が変わることもあらかじめご了承ください。

⑥活動終了

当日お帰りの方は、それぞれ解散。活動終了後も後泊する場合は研修所へ。宿泊した方は、退去の手続きを経てそれぞれ解散。

## ボランティア活動中の保険について

ボランティア活動中の事故に備えて、活動する皆さんは国内旅行総合（障害）保険に加入します。ボランティア登録している方の保険料は知床財団が負担し、加入の手続きもこちらで行います。

### ■ボランティア登録者が加入する保険内容及び保険金額の概要

	補償期間	補償金額(円)					その他
		通院日額	入院日額	後遺症	手術	死亡	
国内旅行障害 保険	活動日数 に応じて	3000	6000	1,000 万	なし	1,000 万	通院・入院は 1 日から補償

- ・ 補償内容は、基本的にケガなど外傷性のものが対象となります（ハチ刺されやウルシかぶれなど含む）。そのため、風邪や熱中症などで体調を崩し病院の診察を受けた場合などは対象外となっております。
- ・ この保険で補償される範囲や金額には限りがありますので、保険内容がご心配な方は、各自で保険に加入することをお勧めします。また、知床までの行き帰り等の移動時や、ボランティア活動期間前後の滞在時には、この保険の適用を考慮していませんので、各自でご確認ください。
- ・ 万が一のケガなどで病院等に掛かった場合、当面の費用は各自でご負担いただく形となります。診察・通院等を終えた時点で、保険会社に保険請求することになりますのでご了承ください。
- ・ 活動の拠点である知床自然センターの周辺には総合的な医療施設はありません。活動時の安全にはスタッフも充分配慮していきませんが、参加者の皆さまにも各自の安全と健康管理の徹底をお願いしています。
- ・ 保険内容の詳細については、下記保険会社のホームページをご参照ください。

○損害保険ジャパン日本興亜株式会社 「国内旅行総合保険」

<http://www.sjnk.co.jp/~media/SJNK/files/kinsurance/leisure/kokunai/kokunai1701.pdf>

※ 活動の拠点である知床自然センターの周辺には総合的な医療施設はありません。ボランティア活動時の安全管理にスタッフも充分配慮していきませんが、ボランティアの皆さん各自の安全管理と健康管理の徹底をお願いしています。

## 知床自然教育研修所のご案内

「知床自然教育研修所」は、知床国立公園および周辺地域での調査研究やボランティア活動、研修実習などを行う方が利用できる宿泊施設です。

- ※ 当施設の宿泊に関しては、上記の目的以外の利用はできませんのでご了承下さい。
- ※ 基本的には男女別の相部屋になります。**※新型コロナウイルス対策期間中は別グループ間の相部屋はなし。**

### 利用料金

宿泊料金：1,200 円／1 泊（減免あり：ボランティア・インターン・共同調査研究等 600 円／1泊）

シーツ等一式：1,200 円（減免あり：ボランティア参加者は無料）

（クリーニング代）

### 設備

\*2020年、客室や食堂・トイレなどの改装を行いました。

客室	8 部屋（和室×3 部屋、洋室×5 部屋）
共同スペース	台所・食堂・風呂・洗面所・トイレ・ミーティングルーム・ラブルーム
備品	テレビ・洗濯機・冷蔵庫・炊飯器・電子レンジ・トースター・調理器具・食器・洗剤等
食材	米・各種調味料    *その他の食材については各自ご用意ください。
通信設備	Wi-Fi 完備（無料）    *固定電話はありません

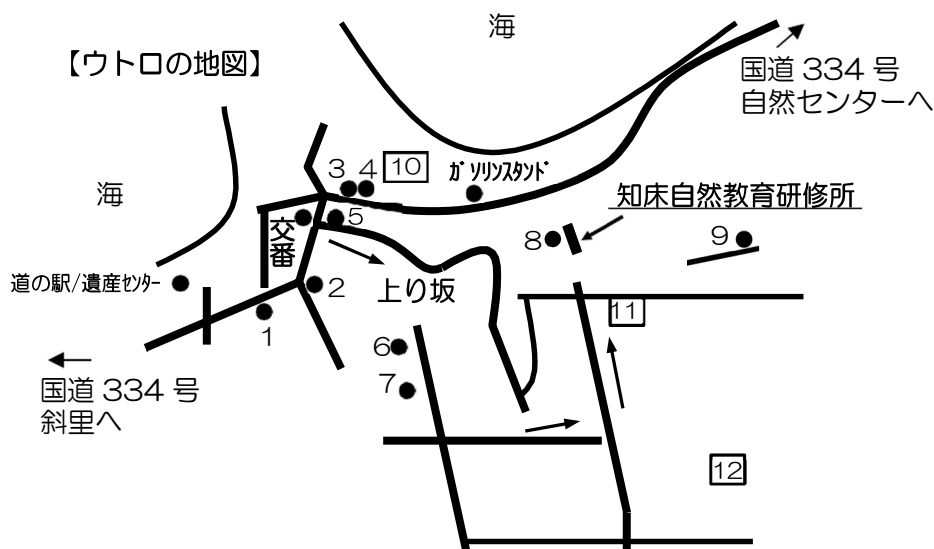
### 利用に際してのお願い

- ・ 研修所は共同の施設です。周りの人に配慮して、清潔に利用することを心がけてください。
- ・ 退去時には、客室及び共同スペースの掃除をしていただきます。**あわせて消毒もお願いします。**

### 研修所の所在地（北海道斜里郡斜里町ウトロ東 429 番地）

研修所は海を見下ろす高台の上にあります。

- ・ ウトロ交番向かいの坂（香川坂）を上り、突き当たりを左折します。
- ・ さらに進んで、突き当たりを左折します。
- ・ まっすぐ進むと、突き当たりの木立の中に研修所があります。（町営温泉夕陽台の湯と同じ敷地です）。



#### 研修所周辺の案内

知床自然センターまで：車で 10 分（約 5 キロ）

ウトロバスターミナルまで：徒歩 10 分

スーパーやコンビニエンスストアまで：徒歩 10 分

1. ウトロバスターミナル
2. スーパーみたに
3. セイコーマート（コンビニ）
4. 郵便局
5. セブンイレブン
6. ウトロ漁村センター
7. 消防署
8. 夕陽台の湯（温泉：夏期のみ）
9. 国設知床野営場（キャンプ場）

10 北こぶし知床 ホテル&リゾート  
（旧知床グランドホテル北こぶし）

11 KIKI 知床ナチュラルリゾート  
（旧知床プリンスホテル風なみ季）

12 知床第一ホテル

## ボランティア活動の服装と持ち物

冬季の野外でのボランティア活動を行う場合、下記のような持ち物が必要になります。

### 【服装】

- ・カッパ 多少の雪でも作業は行います。作業時の汚れを防ぐヤッケとして、カッパは必ず使います。簡易的なビニール雨具やポンチョではなく、丈夫な素材で上下に分かれたものをご用意ください。
- ・長靴 寒冷地仕様が望ましいです。（寒冷地仕様ではありませんが、こちらでレンタルも可能です。ご希望の方は事前にサイズをお伺いします）  
靴下はウールなどの厚めの靴下を二重履きにするなどの対策が必要です。
- ・作業着 汚れてもよい長袖、長ズボン（冬用のアウトドアウェアカスキーウェア等）をご用意ください。綿素材（ジーンズやスウェットなど）は、汗や雨などで濡れた場合に乾きが遅く、体温が奪われるため適しません。
- ・防寒着 また、冬用の厚手の靴下は必須です。例年、気温は最高で0℃程度、最低で-10℃～-15℃になることもあります。セーターやフリース、軽量ダウンジャケット等の防寒対策を忘れずにご準備ください。
- ・手袋 防寒用の手袋をご用意ください。作業用の防寒手袋はこちらでご用意します。
- ・帽子 ニット帽は防寒のためにも必要です。また、耳当てやネックウォーマーがあると重宝します。

### 【持ち物】

- ・水筒 1リットルくらいの容量。むき出しのペットボトルやナルゲンボトルでは凍ってしまいます、保温できるタイプだと便利です。
- ・弁当 野外で食事を取る場合があります。自然センターでお弁当は販売しておりません。昼食をお持ちください。
- ・リュック 作業に出る際には、この中にすべての荷物（防寒着・弁当・水筒など）を入れていきます。
- ・タオル 大小適宜2～3枚（バスタオルも便利）
- ・メモ帳 ポケットに入るサイズのものを1冊
- ・筆記用具 鉛筆やボールペンなど1～2本
- ・保険証 活動の拠点周辺には総合的な医療施設はありません。活動時の安全管理にはスタッフも十分配慮していきますが、参加者の皆さん各自の安全管理と健康管理の徹底をお願いしています。

### 【あると便利なもの】

- ・双眼鏡
- ・図鑑

### 【知床自然教育研修所を利用する場合】

- ・寝間着、歯ブラシ、お風呂道具（シャンプーなども）など宿泊に必要なもの
- ・自炊をする場合は、米・調味料以外の食材

※季節や活動内容によって必要なものは変わりますので、ボランティア担当までご相談下さい。

作業は一般のボランティア活動でも進めているため、状況に応じて内容を変更しますが、冬期は概ね下記のような活動を行います

### ③ 冬の森づくり作業

#### ■ 樹皮保護ネットの巻き直し作業

森づくり作業ではこれまで、広葉樹をシカの樹皮食いから守るため、樹皮保護ネットを巻いてきました。その数は約800本です。しかし近年、経年劣化したネットが増えてきたため、それらを対象にネットの巻き直し作業を進めています。



#### ■ 防鹿柵の補修作業

貴重な植生をシカの被食から守るため、防鹿柵を各地に設置しています。しかしこれら防鹿柵は、荒天時の倒木等で一部損壊することが多々あります。損壊部分を放置するとシカが侵入する可能性があるため、早期に補修作業を行います。



#### ■ 間伐作業

過去に植樹したアカエゾマツが大きくなり間伐が必要な時期を迎えています。現在は30～40年生の大きなアカエゾマツ林を対象に間伐作業を進めています。ボランティア活動では、ノコギリで伐れるアカエゾマツを対象に間伐作業を行います。松脂が服につくとなかなか落ちませんので作業時は要注意です。



#### ■ 森づくり作業地やコースの巡視

吹雪の後等、利用者の安全管理のため、公開コースの巡視を行います。また冬期は、春～秋にアクセス困難な場所に行くことができるため、普段行くことができない森林の状況確認を行います。スノーシューを履いて未踏の深雪をひたすら行軍するこの活動は、冬期の仕事の中でも極めてハードで





## ④ FAQ

Q1：ボランティアをしたいけれどどんなことができるの？

A1：森を再生させる森づくり作業のほか、知床を訪れるたくさんの人々に対しての普及・啓蒙活動などがボランティア活動の中心となります。

Q2：誰でもボランティア活動できるの？

A2：難しい技術が必要とされる活動はほとんどありません。野外での活動が可能な 18 歳以上の方で、知床の自然のために何かしたい！というお気持ちとこの活動の主旨に賛同してくれる方であれば、どなたでも参加していただけます。ただし、初めて参加される方は、ボランティア登録が必要となります。

Q3：お金はかかるの？

A3：参加費は無料です。しかし、宿泊施設知（床自然教育研修所）をご利用の方は、別途宿泊費と食材費（自炊）などが必要です。

Q4：いつボランティア活動できるの？

A4：ボランティアさんにぜひとも来ていただきたい！という日には、日時とその日の主な活動内容とあわせて知床財団 HP のでお知らせしています。そちらでボランティア募集日程をご参照の上、ボランティア担当までお問い合わせください。

Q5：どうやって問い合わせればいいの？

A5：参加希望日の 1 週間前までに知床財団ボランティア担当までメール（info@shiretoko.or.jp）で、「参加希望日」のほか「お名前」「ご住所」「お電話番号」「年齢」などをお知らせ下さい。メールをいただき次第、こちらからお返事をいたします。なお、電話やファックスでのお問い合わせに関しては、お返事が遅れる場合もありますのでご了承ください。

Q6：ボランティア活動にはどんな人たちが参加しているの？

A6：自然大好きな大学生の皆さんから、定年退職後の時間を使って来ていただいている方など、年齢も性別も職業もさまざまな方たちが全国各地からはせ参じていらっしゃいます。共通項は知床の自然を思う気持ちです。

Q7：作業の際の持ち物は？

A7：ボランティア活動には森づくり作業など野外で行われるものが多くあります。冬季のボランティア作業は、多少の降雪でも作業を行います。シカクとした防寒の準備をお願いします。

Q8：知床までどうやって行けばいいの？

A8：知床までのアクセス・交通情報は知床自然センターのホームページなどをご覧ください。

Q9：半日しか活動できないのですが、参加できますか？

A9：ほとんどの活動は終日を予定しています。活動によっては夕方遅くに終了する場合があります。また、移動が容易でない地域での活動もあり、最低でも 1 日単位でのご参加をお願いしています。

Q10：活動中にケガをしたらどうなりますか？

A10：活動中に発生した事故に備えて、活動される皆さんにはこちらで国内旅行障害保険加入の手続きをしています。ただし、この保険で全ての事故やケガを補償できるとは限りませんので、保険内容がご心配な方は、各自で保険に加入することをお勧めします。また、活動中の安全管理にはスタッフも充分配慮しておりますが、ボランティアの皆さんも充分気を付けて活動を行ってください。

Q11：遠方からの参加ですが、宿泊施設はありますか？

A11：「知床自然教育研修所」という簡易宿泊施設をご利用いただけます。